

12月の子育てページ



母子モ



母子モ



●乳幼児健診

期日	健診	対象児
4日 (水)	3カ月児	令和6年7月10日～8月生まれ
	9カ月児	令和6年1月10日～2月生まれ
11日 (水)	2歳児 歯科	令和4年2月11日～5月生まれ
19日 (木)	3歳児	令和3年3月21日 ～6月20日生まれ

会 場：子育て支援センター「にこぽーと」

※対象の方には郵送でご案内します。

※お子さんが、当日具合が悪かったり、1週間以内に人にうつる可能性のある病気にかかったりした時は事前に電話などでご連絡ください。

●子育て支援センター「にこぽーと」あそび広場

利用時間：9：30～15：30／休館日：毎週土曜日
[12月の予定]

期日	時間	イベント
4日(水)	9：45～11：00	身体測定①
	9：45～11：00	身体測定②
6日(金)	10：30～12：00	ペタペタアート(要予約) ～赤ちゃんの手形・足形を記念に残そう～
18日(水)	10：45～11：45	たんぼぼの会 ～絵本読み聞かせの日～
23日(月)	9：45～11：00	制作活動
24日(火)	10：30～11：10	クリスマス会(要予約)

問い合わせ：子育て支援センター「にこぽーと」

☎87-0083

●母子健康手帳の交付(要予約)

お母さんとお子さんの健康を守るために、妊婦さん全員に交付しています。随時交付しますが、保健師が留守の場合がありますので、事前に電話などでご連絡ください。

場 所：健康福祉センター

●すくすく発達相談会(要予約)

子どもの発達・育児に詳しい専門家(公認心理師)による、ことばや発達などの個別相談会を開催します。

期日	時間	対象
19日 (木)	9：00～12：00 (ひとり1時間程度)	幼児からおおむね12歳の児童とその保護者

●マタニティママ&パパサロン(要予約)

妊娠中のママとパパで集まり、出産、子育てについてお話ししたり、学んだりするサロンです。

期日	時間	対象
13日 (金)	10：00～11：50	妊婦さんとそのご家族

内 容：ママ&パパトーク

マタニティライフの過ごし方+お産の話
妊娠中の栄養

あかちゃんのお世話練習 など

会 場：子育て支援センター「にこぽーと」

申 込：電話または母子手帳アプリ「紅ほっぺ」から
12月10日(火)まで

●11月は「乳幼児突然死症候群(SIDS)対策強化月間」

乳幼児突然死症候群は、何の予兆や既往歴もないまま乳幼児が死に至る原因のわからない病気です。

令和5年には48名の乳幼児がSIDSで亡くなっており、乳児期の死亡原因としては第5位となっています。予防方法は確立していませんが、以下の3つのポイントを守ることにより、発症率が低くなるというデータがあります。

- (1) 1歳になるまでは、寝かせる時はあおむけに寝かせましょう。医学上の理由でうつぶせ寝を勧められている場合以外は、あかちゃんの顔が見えるあおむけに寝かせましょう。
- (2) できるだけ母乳で育てましょう。母乳で育てられているあかちゃんのほうが、SIDSの発生率が低いことが研究でわかっています。無理のない範囲で母乳育児にトライしてみましょう。
- (3) たばこをやめましょう。たばこは大きな危険因子です。妊婦さんやお子さんのそばでの喫煙はやめましょう。



「ピン!!!」

たんぼぼ組(1歳児)ではおままごとがブームです。ピクニックごっこをしたいM子はレジャーシートのようにブランケットを床に敷きたい様子ですが、きれいに広げられずに困っていました。保育者が「手伝おうか?」と声を掛けると「うん!先生も(端っこ)持って!」とM子。「きれいにピンと敷きたいんだよね。」と言うと、大きく頷いたM子は勢いよくブランケットを離し、自信満々に両手を広げて「ピン!!!」と言うので、素直で子どもらしい表現に思わず笑ってしまいました。きれいに広げたブランケットの上に座り、おすまし顔でお茶を飲む真似をして、満足そうなM子でした。

つぶやき
ひがしな保育園

つどいの場 にじ・なないろ

～身近な居場所で「健康づくり」と「仲間づくり」～

- ❖ にじ・なないろは、ボランティア団体「支えあう地域づくりなないろの会」が運営する住民主体のつどいの場です。
- ❖ 65歳以上の方であれば、**予約不要で、どなたでも参加いただけます**ので、ぜひお越しください。参加費は、原則200～300円ですが、材料代等の実費をいただく場合があります。

❖ 活動内容カレンダー（時間▶ 10:00～12:00）

月	火	木	金
11/18 ★	19 ●	21 ★	22 ★
音楽療法	レク・茶話会	アップ体操	体操・茶話会
25 ★	26 ●	28 ★	29 ●
モルック	レク・茶話会	アップ体操	体操・おにぎり会食
12/2 ★	3 ●	5 ★	6 ●
音楽療法	音楽療法	アップ体操	体操・茶話会
9 ★	10 ●	12 ★	13 ●
手芸	レク・茶話会	アップ体操	体操・茶話会
16 ★	17 ●	19 ★	20 ●
クリスマス会	休み	アップ体操	体操・茶話会

●：にじ 白鷹町大字鮎貝 108（白光園地域交流棟）

★：なないろ 白鷹町大字荒砥乙 327-3

❖ おすすめ事業紹介

【手芸】

紅花染めを体験。黄色に染まった布を使いフクロウをつくってみました。顔を見れば優しく、あったかな気持ちに。



のどか カフェ



- ❖ 今月の開催日
11月27日（水）
14:00～
- ❖ 開催場所
荒砥甲 373-8
（ちょぼらの家）

「のどかカフェ」は、認知症の人やその家族、地域の人など、**予約不要で、誰でも気軽に参加できる居場所**を毎月開催しています。
参加費は無料です。お茶を楽しみながら、みなでお話ししませんか。

高齢者の健康づくり教室 ～参加者募集中～

現在募集中の教室を、毎月1つずつご紹介します。
参加希望などがありましたら、事前に白鷹町地域包括支援センター（☎86-0112）へお問い合わせください。



◎八乙女げんき塾

運動、交流に加え、栄養改善、口腔ケア、認知症予防などを取り入れながら、総合的な健康づくりに取り組んでいます。

- ▼対象：65歳以上の基本チェックリスト該当者
- ▼会場：老人福祉センター八乙女荘【送迎あり】
- ▼利用頻度：毎週1回（平日）10:00～15:00ごろ（昼食あり）
- ▼利用料：1回700円



送迎・昼食つきで、1日過ごせるつどいの場。運動、栄養、認知症予防などいきいきとした張りのある生活に効果的な活動が満載です。



無料送迎をご利用の方は、利用希望日の3日前まで、支えあう地域づくりなないろの会（☎080-1815-3289）へお電話で予約ください。
※にじは蚕桑・鮎貝地区の方、なないろは荒砥・十王・鷹山・東根地区の方が対象です。
※なないろの会で予約調整を行い、運行はタクシー会社が行います。



おなかも笑顔もいっぱい 「なないろ食堂」開催中！

食事を通じて、みんなで楽しく交流できる地域食堂「なないろ食堂」を毎月開催しています。**予約不要で、子どもから高齢者の方までどなたでも参加いただけます**ので、ぜひお越しください！

● 次回の開催日

- ① しらたかの味【冬バージョン】
12月7日（土）
- ② カレーライス
12月21日（土）

● 時間：11:30～13:30

● 会場：なないろ

● 料金：① 500円

② 大人300円、子ども無料